



Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

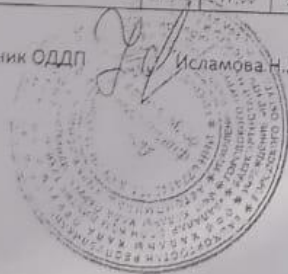
19 мая 2021 г

2 смена

Прим. наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,0	4,95	0,93	88,78	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	21	0,76	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	243,03	0,06	2,21	8,7	1,96	18,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,3	56,31	10,4	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9									
Хлеб пшеничный обогащенный	45	3,6	0,45	24,75	117	0,14				0,8	8	26	5,6	1
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	89	0,15				0,69	9,0	29	6,3	1,1
<b>Итого</b>		<b>29,45</b>	<b>25,27</b>	<b>109,72</b>	<b>752,68</b>	<b>0,52</b>	<b>32,23</b>	<b>239</b>	<b>6,16</b>	<b>93,38</b>	<b>302,14</b>	<b>62,24</b>	<b>6,12</b>	
<b>Полдник ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Рис отварной с маслом	180/5	4,64	4,27	48,02	248,83	0,05		22,5	0,31	13,01	98,7	32,80	0,71	
Тюльпины с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,97	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,16		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Кисломолочный продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,0	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>15,56</b>	<b>17,60</b>	<b>95,07</b>	<b>604,15</b>	<b>0,15</b>	<b>4,07</b>	<b>26,1</b>	<b>3,29</b>	<b>150,20</b>	<b>175,1</b>	<b>58,78</b>	<b>1,97</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет


1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Плов из мяса птицы	170	14,36	19,97	35,21	377,46	0,1	3,75	234,20	2,92	21,17	172,68	39,94	1,43	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
<b>Итого</b>		<b>17,24</b>	<b>27,92</b>	<b>71,62</b>	<b>608,46</b>	<b>0,23</b>	<b>13,75</b>	<b>294,20</b>	<b>3,67</b>	<b>45,87</b>	<b>206,2</b>	<b>53,14</b>	<b>4,43</b>	<b>57,43</b>

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	6,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,6	47,18	8,7	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	18,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>27,55</b>	<b>24,25</b>	<b>97,62</b>	<b>718,06</b>	<b>0,50</b>	<b>26,23</b>	<b>198</b>	<b>5,62</b>	<b>85,95</b>	<b>306,90</b>	<b>66,95</b>	<b>5,66</b>	<b>57,43</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов



МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ

Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021 г.

1 смена

Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Плов из мяса птицы	170	14,36	19,97	35,21	377,46	0,1	3,76	234,20	2,82	21,17	172,88	39,94	1,43	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
<b>Итого</b>		<b>17,24</b>	<b>27,92</b>	<b>71,62</b>	<b>608,46</b>	<b>0,23</b>	<b>13,76</b>	<b>284,20</b>	<b>3,67</b>	<b>45,87</b>	<b>206,2</b>	<b>53,14</b>	<b>4,43</b>	
<b>Обед ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	21	0,78	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,95	15,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,3	56,31	10,4	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	8,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		<b>29,05</b>	<b>25,22</b>	<b>106,97</b>	<b>769,98</b>	<b>0,52</b>	<b>32,23</b>	<b>239</b>	<b>6,16</b>	<b>93,38</b>	<b>302,14</b>	<b>62,24</b>	<b>6,12</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021 г  
ММС с 7-11 лет  
1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Плов из мяса птицы	170	14,38	19,97	35,21	377,46	0,1	3,75	234,20	2,92	21,17	172,68	39,94	1,43	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
Итого		17,24	27,92	71,62	608,46	0,23	13,75	284,20	3,67	45,87	206,2	53,14	4,43	57,43

ММС с 7-11 лет  
2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,55	4,11	7,18	72,63	0,05	24,02	167,27	1,54	33,58	38,47	16,71	0,61	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5	0,09		22,5	0,84	15,6	47,18	8,7	0,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
Итого		27,55	24,25	97,82	718,06	0,49	26,23	198	5,62	83,35	284,15	56,45	5,79	57,43

Начальник ОДДП Исламова Н.А.

Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021 г

Приним лица, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Плов из мяса птицы	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционнo	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10,0	5,00	0,20	16	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		<b>21,78</b>	<b>31,36</b>	<b>84,58</b>	<b>706,28</b>	<b>0,32</b>	<b>4,42</b>	<b>320,60</b>	<b>6,79</b>	<b>39,52</b>	<b>245,25</b>	<b>55,43</b>	<b>3,23</b>	<b>65,00</b>
<b>Обед с 12-18 лет (родительская плата)</b>														
Ши из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	6,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,78	
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,8	2,17	18,75	159,16	21,3	2,38	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>28,24</b>	<b>26,60</b>	<b>94,63</b>	<b>732,59</b>	<b>0,40</b>	<b>35,26</b>	<b>240</b>	<b>5,85</b>	<b>91,05</b>	<b>296,84</b>	<b>60,30</b>	<b>5,52</b>	<b>70,00</b>

Начальник ОДЛ М.А. Исламова Н.А.



Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г. Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021 г

2 смена

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>															
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,82	40,88	47,33	20,77	0,76		
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,6	2,17	18,75	#####	21,3	2,38		
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	56,31	10,39	1,06		
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25		
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2		
<b>Итого</b>		<b>31,44</b>	<b>27,00</b>	<b>113,03</b>	<b>820,59</b>	<b>0,58</b>	<b>35,26</b>	<b>240</b>	<b>6,53</b>	<b>102,65</b>	<b>#####</b>	<b>77,10</b>	<b>6,72</b>		
<b>Полдник ОВЗ с 12-18 лет</b>															
Рис отварной с маслом	200/5	5,15	4,35	53,35	272,81	0,06				14,32		36,44	0,79		
Тюльпаны с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06		
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18	0,04	12,0	6,00	0,24	19,2	13,20	10,80	2,6		
Кисломолочный продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,0	0,03	0,6			119		14	0,1		
<b>Итого</b>		<b>16,07</b>	<b>17,68</b>	<b>100,40</b>	<b>628,13</b>	<b>0,20</b>	<b>13,27</b>	<b>9,4</b>	<b>3,21</b>	<b>167,31</b>	<b>88,0</b>	<b>72,38</b>	<b>4,59</b>	<b>130,00</b>	

Начальник ОДДП  Исламова, Н.А.



Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021 г

1 смена

Прим. лица, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Плов из мяса птицы	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционно	10	2,63	2,66		35			22,5	0,05	1	2		0,01	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10,0	5,00	0,20	16	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		<b>24,77</b>	<b>30,79</b>	<b>94,32</b>	<b>755,23</b>	<b>0,34</b>	<b>14,42</b>	<b>348,10</b>	<b>7,04</b>	<b>58,82</b>	<b>257,75</b>	<b>64,43</b>	<b>5,44</b>	
<b>Обед ОВЗ с 12-18 лет</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	20,77	0,76	
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,6	2,17	18,75	159,16	21,3	2,38	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1	18,32	58,31	10,39	1,06	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130	0,17			0,75	10	32,5	7	1,25	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		<b>31,44</b>	<b>27,00</b>	<b>113,03</b>	<b>820,59</b>	<b>0,66</b>	<b>35,26</b>	<b>240</b>	<b>6,53</b>	<b>102,65</b>	<b>348,84</b>	<b>77,10</b>	<b>6,72</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДП  Исхимова Н.А.



Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ММС с 12-18 лет</b>														
Котлет из мяса говяжьих	200	16,9	23,5	41,47	444,28	0,12	4,42	275,6	5,79	24,92	203,25	47,03	1,68	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	60	4,8	0,6	33	156	0,2			0,9	12	39	8,4	1,5	
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05			45	0,1	2,4	3		0,02	
Сыр порционнo	10	2,63	2,66		35			22,5	0,05	1	2		0,01	
Блокo	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10,0	5,00	0,20	16	11,00	9,00	2,20	
<b>Итого</b>		21,74	27,73	84,52	673,23	0,32	4,42	320,60	6,79	39,62	245,25	55,43	3,23	60,00

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.





Директор МБОУ «Школа № 45»  
Р.Р.Рамазанов

МАУ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГО г.Уфа РБ  
Школьное меню для организации питания обучающихся

19 мая 2021 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Л/на
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,9	4,95	8,93	88,76	0,06	30,02	207,75	1,92	40,88	47,33	21	0,76	
Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	8,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14	
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5	1,00	18,3	56,31	10,4	1,06	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано- пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,15			0,68	9,0	29	6,3	1,1	
<b>Итого</b>		<b>29,05</b>	<b>25,22</b>	<b>106,97</b>	<b>769,68</b>	<b>0,52</b>	<b>32,23</b>	<b>239</b>	<b>6,16</b>	<b>93,38</b>	<b>302,14</b>	<b>62,24</b>	<b>6,12</b>	<b>65,00</b>
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>														
Тюльпаны с мясом	75	7,66	10,12	22,38	211,14	0,07	0,67	3,42	2,97	14,79	74,84	11,14	1,06	
Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18		2,8	0,14	0,01	3,4	1,54	0,84	0,1	
Кисломолочны й продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,0	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		<b>10,92</b>	<b>13,33</b>	<b>47,05</b>	<b>355,32</b>	<b>0,10</b>	<b>4,07</b>	<b>3,6</b>	<b>2,98</b>	<b>137,19</b>	<b>76,4</b>	<b>25,98</b>	<b>1,26</b>	<b>45,00</b>

Начальник ОДДП *Исламова Н.А.*

